

11月分の給食【11／1(金)～11／29(金)】

# 11月14日(木)

## 感謝の気持ちで食べよう

わたしたちは、食べ物<sup>た もの いのち</sup>の命を

食べる<sup>た</sup>ことによって、命<sup>いのち</sup>を受<sup>う</sup>け継いでいます。

感謝<sup>かんしゃ</sup>の気持ち<sup>きもち</sup>で食べ物<sup>た もの</sup>を

残さず<sup>のこ</sup>に食べ、心<sup>こころ</sup>も体<sup>からだ</sup>も

しっかり<sup>せいしちよう</sup>成長<sup>せいしちよう</sup>しましょう。



きょうのこんだて

ちゅうかに

チンゲンサイのあまずあえ

れんこんのオイスターソースやき

ごはん

ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・いか・あつあげ・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・サラダあぶら・さとう・でんぷん
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	はくさい・たまねぎ・にんじん・
り	にら・チンゲンサイ・もやし・れんこん

クイズ9 「オイスターソース」は、何<sup>なに</sup>からつくられたソースでしょう？

①貝<sup>かい</sup>の「かき」

②果物<sup>くだもの</sup>の「かき」

③野菜<sup>やさい</sup>

3年生に、自分で作ったパンはなぜおいしいの？と聞くと、「がんばって作ったから」「みんなといっしょに食べたから」と答えていました。

### 一口メモ

○今日、地域のパン工房に見学に行きました。

○自分たちのパン作りの体験を生かして、材料のこだわりや、おいしくなる工夫について、質問していました。それに対し、どこでとれたか、どのように作られたかがわかる材料を使い、保存料や安定剤などの食品添加物は使用していないこと、そして、おいしくパンを作ろうという「気持ち」が大事だと教えていただきました。

○「気持ち」といえば、上福のみなさんには、「栽培活動を通して、収穫を喜び合い、自然の恵みに感謝する心を育んでほしい」と思っています。そのために、毎日どんなことをするべきなのか、また、どんな「気持ち」が大事なのか、あらためて話し合ってみてくださいね。

○今日の「上福なかよし畑」の様子です。様子の変化から「ひと・もの・こと」を感じてください。



### 産地調べ

はくさい	長野県	にんじん	北海道	チンゲンサイ	徳島県
たまねぎ	北海道	にら	高知県	れんこん	徳島県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①